

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	9
Пролог	14
ПОНИМАНИЕ СИСТЕМЫ ЗАИКАНИЯ	27
(ЧАСТЬ 1)	
Не тесновата ли старая парадигма?	29
Разработка новой парадигмы заикания	36
Эффект Хоторна и его связь с заиканием	68
Отчего речевые ступоры настолько непредсказуемы?	106
Потеря желания говорить	133
Тринадцать фактов о заикающихся	140
МЫШЛЕНИЕ ЗАИКАЮЩЕГОСЯ ЧЕЛОВЕКА	143
(ЧАСТЬ 2)	
Почему легче говорить, когда вы притворяетесь кем-то другим	145
Почему легче говорить, когда никого нет рядом	153
Вы можете контролировать то, как другие видят вас	157
Создаем оправу для свободной речи	162
Когда ты не как все	167
ВСЕ ЗАВИСИТ ОТ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ	173
(ЧАСТЬ 3)	
Сила наблюдения	175
Вы заика или нет?	200
Как избавиться от заикания за 60 секунд	206
Получайте удовольствие: это сильнее, чем вы думаете	215
Преодоление страха действовать	224
Ощущение свободы речи	235
Аналогия с гольфом	
<i>Джейк Дин</i>	264
Наблюдения	
<i>Хелен Винер</i>	266
Соппротивление переменам	
<i>История Марианны</i>	270
Последняя игра	
<i>Джон Харрисон</i>	276

Долгая прогулка <i>Джеймс О'Хара</i>	290
РОЛЬ ГЕНЕТИКИ	295
(ЧАСТЬ 4)	
Не в генетике ли причина заикания?	299
Наука свободной речи <i>Анна Марголина, Ph.D.</i>	316
Дзен в искусстве свободной речи	331
ПУТЬ К ИЗБАВЛЕНИЮ	341
(ЧАСТЬ 5)	
Заикание — не только речевая проблема <i>Алан Бэдминтон</i>	347
И заикание просто исчезает <i>Джек Менир</i>	374
Интервью с Джеком Мениром: человек, который вылечился...381	
От заикания к стабильности <i>Линда Раундс</i>	402
Стратегии работы с эмоциями, речью и коммуникацией при заикании <i>Марк Ирвин, доктор стоматологии</i>	418
Заикание с точки зрения говорящего <i>Марк Ирвин, доктор стоматологии</i>	427
Процесс выздоровления <i>Д-р Уолт Мэннинг</i>	438
Свободная речь: как я одолел заикание <i>Тим Макеси (Tim Mackesey)</i>	446
Речь без запинок — это еще не все <i>Джефф Ингрэм</i>	475
Мое путешествие к счастью <i>Антонио Раско</i>	480
Мое развитие как человека с заиканием <i>Кристина Дитц</i>	483
Бескорыстный труд <i>Ричард Пэрент</i>	490
Когда же загорится зеленый? <i>Хэйзел Перси</i>	492
Подружиться с чудовищем — вот ключ к исцелению <i>Анна Марголина, Ph.D.</i>	504

Как Гексагон избавляет от страха речи <i>Рут Мид</i>	515
Как я избавился от многолетнего заикания <i>Джон Харрисон</i>	544
ТРЕХЛЕТНЯЯ ЭПОПЕЯ ЭНДРЮ	571
(ЧАСТЬ 6)	
История Эндрю <i>Трехлетняя переписка по интернету</i>	573
КАК ПОБЕДИТЬ СТРАХ ПУБЛИЧНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ ...681	
(ЧАСТЬ 7)	
Выступление 1: Заявление права на ваше пространство.....	684
Выступление 2: Говорим громко и четко	692
Выступление 3: Добавляем в речь музыки	697
Выступление 4: Учимся паузам	702
Выступление 5: Смотрите в глаза.....	706
Выступление 6: Выказывайте свои чувства	710
Выступление 7: Намеренное заикание	716
Выступление 8: Использование своего тела	723
Выступление 9: Взаимодействие с аудиторией	726
Выступление 10: Побуждение людей к действию	731
А ДАЛЬШЕ ЧТО?	739
(ЧАСТЬ 8)	
Подключение к ресурсам интернета.....	741
Ценность дискуссионных групп в интернете <i>Алан Бэдминтон</i>	749
Ресурсы для перемен	759
Книги, которые могут вам помочь	775
Семь советов в общении с вашим ребенком	783
Сорок лет спустя	785
Сила намерения.....	793
ТРЕНИНГИ	803